

# Olemassaolon tunne

PEKKA WAHLSTEDT

Länsimaisessa kulttuurissa todellisuus jaetaan jyrkkiin toisistaan erillisiin vastakohtaisuuksiin. Yksi tärkeimmistä ja kauaskantoisimmista on hengen ja aineen, ruumiin ja tietoisuuden välinen vastakohtaisuus. Etenkin filosofi Rene Descartesista lähtien ruumiin ja tietoisuuden välinen vastakohtaisuus on muodostunut pysyväksi filosofiseksi ongelmaksi. Yleensä ongelma on yritetty ratkaista palauttamalla joko aine tietoisuuteen tai – mikä on muodostunut suositummaksi ratkaisumalliksi – palauttamalla tietoisuus aineeseen.

Kaikuja Descartesista voi-kin nähdä niistä aivotutkijoissa, jotka pyrkivät palauttamaan tietoisuuden ilmiöt aivoilmiöihin. Viime vuosina aivotutkimus on kuitenkin radikaalisti kehittynyt. Sen sijaan että aivotutkimus yrittäisi häätää tietoisuuden pois, se on alkanut tehdä yhteistyötä tietoisuuden ja sitä tutkivien tieteiden, kuten evoluutiopsykologian ja psykoanalyysin, kanssa.

Psykoanalyttikko, neurofysiologi ja psykologian professori Johannes Lehtonen yrittää tämän pohjalta kumota tietoisuuden ja ruumiillisuuden vastakohtaisuuden ja liittää ne yhteen, dynaamiseksi kokonaisuudeksi. Lähtökohtana on se evoluutiopsykologian huomio, että sekä tietoisuus että ruumis ovat pitkän kehityksen tuotteita eivätkä valmiita ja staattisia asioita. Lehtonen esittää, että tietoisuus kehittyi hitaasti vaihe vaiheelta ja Descartesin löytämä tietoisuuden muoto edustaa

vain kehityksen yhtä vaihetta.

Lehtonen lähtee liikkeelle vastasyntyneen lapsen ja äidin välisestä suhteesta. Tällä tasolla tietoisuus ja ruumiillisuus eivät vielä ole eriytyneet toisistaan. Kun äiti antaa lapselle ravintoa ja lämpimän sylin, hän samalla antaa hoivaa ja tunnekokemuksia. Aivotutkijat ovatkin huomanneet, että äidin lapselleen antamat hellyyden ja turvallisuuden tunteet ja äidin mielen-tilat yleensäkin vaikuttavat lapsen aivoihin, jättävät niihin pysyviä jälkiä. Juuri tässä aivotutkimus ja psykoanalyysi kohtaavat ja liittoutuvat keskenään.

Näin tietoisuus ja ruumiillisuus ovat yhden ja saman kokonaisuuden eri puolia, ja Lehtonen kutsuu tätä yhteyttä olemassaolon tunteeksi. Vasta myöhemmin ne irtaantuvat toisistaan ja syntyy illuusio, että ne asustaisivat omissa erillisissä sfääreissään.

Lehtosen mukaan tietoisuuden ja ruumin vastakohtaisuus, psykofyysinen ongelma, johtuu siitä, että asiaa pohditaan filosofiseen tapaan *a priori*, eli sitä pidetään käsitteellisenä ongelmana. Lehtosen lähtökohta ja menetelmä taas on empiirinen ja havainnollinen. Toisaalta tämä lähtökohtien erilaisuus saa aikaan sen, että Lehtosen filosofiset kommentit jäävät aika häilyviksi ja epäselviksi, etenkin kun kommentit ovat vain parin lauseen mittaisia, kuten silloin, kun hän viittaa Spinozaan ja eksistentiaalismiin.

Eniten ongelmia löytyy Lehtosen Descartes-tulkintoista, joille hän on omistanut koko-

Johannes Lehtonen  
Mieli, aivot ja olemassaolon tunne  
Duodecim, 2011

naisen luvun. Ongelman ydin on se, että Lehtonen palauttaa filosofiset ongelmat psykologiaan. Esimerkkinä Descartesin kuuluisa *Cogito ergo sum* eli ”ajattelen, siis olen” -lauseen tulkinta. Descartes aikoinaan päätyi lauseeseen päätettyään epäillä kaikkea. Hän huomasi, että ainoa asia, jota ei voi epäillä, on epäily itse. Epäily on ajattelua ja epäilevä minä on ajatteleva minä – *cogito ergo sum*.

Lehtonen taas ympäpä Descartesin lauseeseen, ”ajattelen, siis olen olemassa”, olemassaolon tunteen, vaikka Descartes ei tunteesta missään kohdassa puhu. Ja voinhan asettaa tunteetkin epäilyn kohteeksi – esimerkiksi epäillä, onko vaimoani kohtaan tuntemani rakkaus aitoa, ainoa asia, jota en voi asettaa epäilyn kohteeksi, enkä kohteeksi muutenkaan, olen minä itse. Lehtosen Descartes-tulkinta liukuu kokonaan psykoanalyysin piiriin, kun hän yrittää selittää filosofin kaiken epäilyä ja sen avulla harjoittamaa ehdottoman varmuuden etsintää äidin varhaisella kuolemalla.

Empiirisen tutkimuksen ja filosofian suhde onkin sellainen, että filosofia epäilee ja yrittää raivata pois kaikki tieteiden edellyttämät ennako-oletukset ja muut annetut asiat ja aloittaa täysin puhtaalta pöydältä. Esimerkiksi Descartesia hyödyntävä Edmund Husserl loi feno-

menologian tätä varten. Fenomenologia pyrkii tulemaan tietoiseksi tieteiden edellyttämistä ennakko-oletuksista ja löytämään kaikista oletuksista vapaan lähtökohdan, jota Husserl kutsui puhtaaksi minäksi tai puolue-

eettomaksi päättökatojaksi.

Näin on hieman nurinkurista, että filosofisia ongelmia aletaan pitää empiirisinä ongelmoina ja palauttaa psykoanalyysiin tai muihin empiirisiin tietisiin. Filosofian radikaali ydin

on se, että se pystyy ylittämään ja paljastamaan vallitsevat lähtökohdat niin tieteessä, taiteessa kuin muillakin kulttuurin aloilla. Näin filosofia pystyy kyseenalaistamaan ja arvostelemaan niitä ja luomaan uusia tilalle.

## Varjominen kohtaaminen eheyttää

TUULA-MARIA AHONEN

Ihmislunnon pimeä puoli on nähtävissä joka päivä mediasa. Kun hyvän tai hyvältä vaikuttavan ihmisen varjo yllättää pimeyden teoilla, media innostuu erityisesti. Kirjan kirjoittajat ovat opettaneet yli 10 vuoden ajan ihmisiä kohtaamaan oman varjonsa.

Freud ja Jung loivat varjon käsitteen yli 100 vuotta sitten, Jung puhui myös kollektiivisesta varjosta. Deepak Chopran mukaan kollektiivisen varjon käsitteelle on vasta viime aikoina alkanut karttua todistusaineistoa.

Chopran osuus on kirjan selkein. Jokaisella meistä on Chopran mukaan varjo: mielen pimentoon hautautunutta pelkoa, vihaa, ahdistusta, ahneutta, kateutta, väkivaltaimpulsseja ym. Ensimmäinen askel varjon voittamiseksi on, että myönämme sen voiman. Ihmislunnon sisältyy itsetuhoisen puoli. Ihmismielen pimeä puoli nauttii sodasta, kamppailusta ja risiiriidoista, Chopra toteaa.

Monet ”ratkaisevat” ongelman kieltämällä varjon itses-

sään. Mitä tiukemmin tukahdutamme pimeän puolemmesitä helpompi meidän on luoda itsellemme persoona, joka säteilee hyvyttä ja valoa. Siksi näemme toistuvasti tv-uutisissa yllättyneitä naapureita, jotka vakuuttavat kuvausryhmälle silmittömän ampumavälikohtauksen jälkeen, että ”rikoksen tekijä vaikutti oikein mukavalta mieheltä”.

Varjolla on monet kasvot. Chopra kuvaa tv-uutisten haastattelua, haastateltavana kuuluisa miljardööri Warren Buffett. ”Uskotteko, että tulee jälleen uusi kupla, joka johtaa vakavaan talouden taantumaa”, haastatteli ja kysyi. ”Aivan varmasti”, Buffett vastasi. Haastatteli pudisteli päätään. ”Miksi emme voi ottaa oppia viime lamasta? Näemmehän, mihin se johti”.

Buffet hymyili salaperäisesti: ”Ahneus on vähän aikaa hauskaa. Ihmiset eivät voi vastustaa sitä. Olimmepa päässeet muuten miten pitkälle tahansa, tunteasolla emme ole kasvaneet yhtään. Olemme pysyneet samanlaisina.”

Deepak Chopra & Debbie Ford & Marianne Williamson  
Varjominä. Löydä kätkeytyvoimasi  
Basam Books, 2011

Siinä pähkinänkuoressa varjo ja sen aiheuttamat ongelmat, Chopra kommentoi. Illuusioiden sumussa vaeltaessamme emme pidä pimeimpiä impulssejamme itsetuhoisina. Ne ovat vastustamattomia, jopa hauskoja.

Kollektiivisesti varjo tulee tutkimusten mukaan esiin silloin, kun tarjoutuu mahdollisuus täydelliseen anonymiteettiin, kun ihmisistä tulee yksilöiden sijaan kasvoja väkijoukossa. Kokemus yksilöllisyyden puuttumisesta voimistuu, jos pahoilla teoilla ei ole seurauksia.

Ekosysteemin tuhoaminen on eräs planeettaamme kohdistuva väkivallan muoto, ja siihen osallistuu hyviä ihmisiä, jotka tekevät erittäin pahoja asioita, koska heille on annettu siihen lupa eikä heitä odota mikään rangaistus. (Paitsi meitä kaikkia koskevat pitkän täh-